

„ DOBRY POSILEK ” Jadlospis dekadowy od 15.01.2024 r. Do 24.01.2024 r.

Data	Śniadanie	II Śniadanie Dzieci	Obiad	Podwieczor ek. Dzieci	Kolacja	Kolacja nocna
15.01.2024 PONIEDZIALEK	Zacierka na ml/1,3,7/G(350g) Chleb pszenno-żytni/1/(100g) Masło naturalne/7/(15g) Szynkowa (50g); Pomidor(150g) Serek Kiri/7/(1szt) D: Bułka paryska/1/(100g) C: Chleb razowy/1/(100g) Herbata G (250g)	Sok pomidorowy	Zupa ryżowa/1,7,9/ G (350g) Kielbasa z rusztu z cebulką S(100g) Ziemniaki G (200g) Sałatka z ogórka kiszzonego, marchwi i cebuli (100g) D: Filet dr w sosie w/1/ G(70/100g) D: Jarzynka G /9/(100g) Kompot G (250g)	Kefir/7/	Chleb pszenno-żytni/1/(100g) Masło naturalne/7/(15g) Jaja/3/(2szt)G; Majonez/3/(1szt) Pomidor (150g) D: Bułka paryska/1/(100g) V: Szynka gotowana (70g) C: Chleb razowy/1/(100g) Kawa mleczna/7/ G (250g)	Kefir/7/(1szt)
16.01.2024 WTOREK	Kaszka kukur na mleku/7/G(350g) Chleb pszenno-żytni/1/(100g) Masło naturalne/7/(15g) Twarożek buraczany/7/(100g) Miód (1szt); Ogórek kisz(100g) D: Bułka paryska/1/(100g) C: Chleb razowy/1/(100g) C: Jablko (1szt) V: Roszponka (1/10szt) Herbata G (250g)	Owoc	Zupa fasolowa /1,7,9/ G (350g) Gulasz drobiowy/1/ D(250g) Kasza jęczmienna/1/ G (200g) Surówka z marchwi/7/(100g) D: Zupa koperkowa /1,7,9/ G (350g) Kompot G (250g)	Sok warzywny	Chleb pszenno-żytni/1/(100g) Masło naturalne/7/(15g) Sałatka jarzynowa /3,7,9/(200g) D: Bułka paryska/1/(100g) C: Chleb razowy/1/(100g) Kawa mleczna/7/ G (250g)	Sok pomidorowy (1szt)
17.01.2024 ŚRODA	Płatki ows. na mleku/1,7/G(350g) Chleb pszenno-żytni/1/(100g) Masło naturalne/7/(15g) Połędwica dr (50g);Papryka (100g) Serek Haga/7/(1szt) D: Bułka paryska/1/(100g) D: Pomidor (150g) C: Chleb razowy/1/(100g) Herbata G (250g)	Jogurt naturalny/7/	Zupa pomidorowa z makaronem/1,3,7,9/ G (350g) Kotlet schabowy/1,3/ D(90g) Ziemniaki G (200g) Mizéria/7/(100g) D: Schab duszony/1/D (70/100g) D: Sałata z sosem winegret/10/(100g) Kompot G (250g)	Owoc	Chleb pszenno-żytni/1/(100g) Masło naturalne/7/(15g) Ryba po grecku/9/D(200g) D: Bułka paryska/1/(100g) C: Chleb razowy/1/(100g) Kawa mleczna/7/ G (250g)	Chleb pszenno-żytni/1/(50g) Masło naturalne/7/(1szt) Szynkowa (50g) D: Bułka paryska/1/(50g) C: Chleb razowy/1/(50g)

Dział Żywnienia  
Dietetyk  
Olivia Sobótka

mgr Małgorzata  
Pielęgniarka

LISTA ALERGENÓW: / 1/ - gluten / 2/ - skorupiaki / 3/ - jajka / 4/ - ryby / 5/ - orzeszki ziemne / 6/ - soja / 7/ - mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą) / 8/ - orzechy / 9/ - seler / 10/ - gorczyca / 11/ - nasiona sezamu / 12/ - siarczyn / 13/ - lubin / 14/ - mięczaki

„ DOBRY POSILEK ” Jadlospis dekadowy od 15.01.2024 r. Do 24.01.2024 r.

18.01.2024 CZWARTEK	Makaron na mleku/1,3,7/G(350g) Chleb pszenno-żytni/1/(100g) Masło naturalne/7/(15g) Ser topiony/7/(50g); Dżem (1szt) Ogórek świeży (100g) D: Bułka paryska/1/(100g) D:Twaróg/7/(100g); Pomidor(150g) C: Chleb razowy/1/(100g) C: Twaróg/7/(100g); Jabłko (1szt) Herbata G (250g)	Sok owocowy	Krupnik/1,7,9/ G (350g) Kurczak /1/ S(150/100g) Ziemniaki G (200g) Marchew z groszkiem G(100g) D: Kurczak duszony/1/D(150/100g) V: Marchew G(100g) C: Surówka z marchwi/7/(100g) Kompot G (250g)	Serek grani/7/	Chleb pszenno-żytni/1/(100g) Masło naturalne/7/(15g) Paszтет pieczony (100g) Pomidor (150g) D: Bułka paryska/1/(100g) D: Poledwica drobiowa (70g) C: Chleb razowy/1/(100g) Kawa mleczna/7/ G (250g)	Serek grani/7/(1szt)
19.01.2024 PIĄTEK	Kasza manna na ml/1,7/G(350g) Chleb pszenno-żytni/1/(100g) Masło naturalne/7/(15g) Jaja/3/(2szt); Majonez/3/(1szt) Pomidor (150g) D: Bułka paryska/1/(100g) V: Szynekowa z indyka (70g) C: Chleb razowy/1/(100g) Herbata G (250g)	Sok warzywny	Barszcz czerwony /1,7,9/ G (350g) Śledź po łowicku/3,4,7/ D(100/120g) Ziemniaki G (200g) Jabłko (1szt) D: Ryba w sosie pomidorowo-jarzynowym/1,4,9/ G(250g) Kompot G (250g)	Owoc	Chleb pszenno-żytni/1/(100g) Masło naturalne/7/(15g) Sałatka makaronowa z kurczakiem/1,3/(200g) C: Chleb razowy/1/(100g) Kawa mleczna/7/ G (250g)	Chleb pszenno-żytni/1/(50g) Ser kanapkowy trójkąt/7/(1szt) D: Bułka paryska/1/(50g) D: Serek almette/7/(1szt) C: Chleb razowy/1/(50g)
20.01.2024 SOBOTA	Chleb pszenno-żytni/1/(100g) Masło naturalne/7/(15g) Szynekowa(50g);Ogórek kisz (100g) Serek Haga/7/(1szt) D: Bułka paryska/1/(100g) C: Chleb razowy/1/(100g) V: Pomidorki koktajlowe (100g) Kawa mleczna/7/ G (250g)	Jogurt naturalny/7/	Zupa kalafiorowa/1,7,9/ G (350g) Zraz w sosie własnym/1,3/ D(80/100g) Kasza bulgur/1/G (200g) Buraczki G(100g) C: Brukselka G (100g) Kompot G (250g)	Sok pomidorowy	Chleb pszenno-żytni/1/(100g) Masło naturalne/7/(15g) Parówka z szynki (100g) Musztarda/10/(1szt) Sałata (1/10szt); Kiwi (1szt) D: Bułka paryska/1/(100g) D: Keczup (1szt) C: Chleb razowy/1/(100g) Herbata G (250g)	Chleb pszenno-żytni/1/(50g) Pasta meksykańska (1szt) D: Bułka paryska/1/(50g) D: Paszтет sojowy/6/(1szt) C: Chleb razowy/1/(50g)

Dział Żywnienia  
Dietetyk  
Sobucha  
Olivia Sobucha

Monika  
Żywnienia

LISTA ALERGENÓW: / 1/ - gluten / 2/ - skorupiaki / 3/ - jajka / 4/ - ryby / 5/ - orzeszki ziemne / 6/ - soja / 7/ - mleko i produkty pochodne(łącznie z laktozą) / 8/ - orzechy / 9/ - seler / 10/ - gorczyca / 11/ - nasiona sezamu / 12/ - siarczany / 13/ - lubin / 14/ - mięczaki

UWAGA! Jadlospis może ulec zmianie!

UWAGA! Skład surowcowy potraw znajduje się u Kierownika Działu Żywnienia

„ DOBRY POSILEK ” Jadlospis dekadowy od 15.01.2024 r. Do 24.01.2024 r.

21.01.2024 NIEDZIELA	Chleb pszenno-żytni/1/(100g) Masło naturalne/7/(15g) Blok tyrolski (50g) Miód (1szt); pomidor (150g) D: Bułka paryska/1/(100g) C: Chleb razowy/1/(100g) C: Blok tyrolski (50g) C: Mus warzywny (1szt) Kawa mleczna/7/ G (250g)	Jogurt naturalny/7/	Zupa wiejska z makaronem /1,3,7,9/ G (350g) Pieczeń z szynki/1/ D (70/100g) Ziemniaki G (200g) Surówka z marchwi/7/(100g) Kompot G (250g)	Sok pomidorowy	Chleb pszenno-żytni/1/(100g) Masło naturalne/7/(15g) Ser żółty/7/(60g); Papryka (100g) D: Bułka paryska/1/(100g) D: Twaróg/7/(100g); pomidor(150g) C: Chleb razowy/1/(100g) Herbata G (250g)	Sok pomidorowy (1szt) Wafle ryżowe (1opakowanie)
22.01.2024 PONIEDZIALEK	Kasza jaglana na mleku/7/G(350g) Chleb pszenno-żytni/1/(100g) Masło naturalne/7/(15g) Szynekowa dr (50g); Pomidor(150g) Serek kanapkowy trójkąt/7/(1szt) D: Bułka paryska/1/(100g) D: Serek Kiri/7/(1szt) C: Chleb razowy/1/(100g) Herbata owocowa G (250g)	Jogurt naturalny/7/	Zurek /1,7,9/ G (350g) Bigos D,S(80/120g) Ziemniaki G (200g) Gruszka (1szt) D: Udko z karczaka/1/D (150/100g) D: Fasolka szparagowa G (100g) V: Jarzynka/9/G (100g) Kompot G (250g)	Sok pomidorowy	Chleb pszenno-żytni/1/(100g) Masło naturalne/7/(15g) Jajko/3/(1szt); Majonez/3/(1szt) Pol sopoc (50g); Og świeży(100g) D: Bułka paryska/1/(100g) D: Pomidor (150g) V: Pol. Sop (50g); dżem (1szt) C: Chleb razowy/1/(100g) Kawa mleczna/7/ G (250g)	Serek homogenizowany/7/(1szt)
23.01.2024 WTOREK	Ryż na mleku/7/G(350g) Chleb pszenno-żytni/1/(100g) Masło naturalne/7/(15g) Szynekowa (50g); rzodkiew(80g) Dżem (1szt) D: Bułka paryska/1/(100g) D: Pomidor (150g) C: Chleb raz/1/(100g); Jablko(1szt) Herbata G (250g)	Jogurt naturalny/7/	Zupa pomidorowa z ryżem /1,7,9/ G (350g) Kotlet rybny/1,3,4/ S(80g) Ziemniaki G (200g) Salatka z białej kapusty i ogórka świeżego (100g) D: Pulpet rybny w sosie pietruszkowym/1,3,4,7/G(80/120g) D: Mieszanka królewska G(100g) Kompot G (250g)	Sok pomidorowy	Chleb pszenno-żytni/1/(100g) Masło naturalne/7/(15g) Twarożek z zieleciną/7/(100g) Pomidor (150g) D: Bułka paryska/1/(100g) C: Chleb razowy/1/(100g) Kawa mleczna/7/ G (250g)	Chleb pszenno-żytni/1/(50g) Masło naturalne/7/(1szt) Schab faszerowany (40g) D: Bułka paryska/1/(50g) C: Chleb razowy/1/(50g)
24.01.2024 ŚRODA	Płatki ows. na mleku/1,7/ G(350g) Chleb pszenno-żytni/1/(100g) Masło naturalne/7/(15g) Pasta mięsna/9/G(100g) Ogórek kiszony (100g) D: Bułka paryska/1/(100g) C: Chleb razowy/1/(100g) V: Roszponka (1/10szt) Herbata G (250g)	Owoc	Zupa z soczewicy/1,7,9/ G (350g) Leczo D,S (250g) Ryż brązowy G (200g) Kiwi (1szt) D: Potrawka ze szpinakiem/1,7/ G (100g) Kompot G (250g)	Serek homogenizowany naturalny /7/	Pierogi ruskie/1,3,7/G (200g) Jogurt naturalny/7/(1szt) Kawa mleczna/7/G (250g)	Chleb pszenno-żytni/1/(50g) Masło naturalne/7/(1szt) Dżem (1szt) D: Bułka paryska/1/(50g) C: Chleb razowy/1/(50g) C: Serek almette/7/(1szt)

Dział Żywnienia  
Dietetyk  
Sobucka  
Olivia Sobucka

Stawia Dział Żywnienia

LISTA ALERGENÓW: / 1/ - gluten / 2/ - skorupiaki / 3/ - jajka / 4/ - ryby / 5/ - orzeszki ziemne / 6/ - soja / 7/ - mleko i produkty pochodne(łącznie z laktozą) / 8/ - orzechy / 9/ - seler / 10/ - gorczyca / 11/ - nasiona sezamu / 12/ - siarczany / 13/ - lubin / 14/ - mięczaki

UWAGA! Jadlospis może ulec zmianie!  
UWAGA! Skład surowcowy potraw znajduje się u Kierownika Działu Żywnienia